



Retiro Saludable: **“DESCUBRE LO QUE TU CUERPO ESCONDE”** **Claves para conocerte mejor**

PRESENTAMOS

Raúl Castellano García, creador del Método de REEDUCACIÓN CORPORAL FUNCIONAL y Marivíc García Rodríguez, CREADORA DEL Método CAMINARE, este evento único, innovador y sostenible. Un retiro para conectar profundamente con los cinco planos del ser humano.

NUESTROS OBJETIVOS

El **objetivo principal** es el de proporcionaros herramientas para el despertar potenciador del interior y así poder disfrutar y encontrar vuestro Propósito de Vida.

Los **objetivos específicos** son:

- ♣ Reunir a personas con ganas de tomar las riendas de su vida
- ♣ Fomentar la salud física y mental
- ♣ Promover la continuidad por el autocuidado
- ♣ Brindar la oportunidad de empezar el viaje hacia una vida más plena
- ♣ Ayudar a encontrar la calma en medio del caos
- ♣ Compartir conocimientos de: **REEDUCACIÓN CORPORAL FUNCIONAL (RCF)**
CONCIENCIA POSTURAL-JUDO ACCIONA (JAC)
COACHING TRANSPERSONAL (CT)
BREATHING FLOW Y COHERENCIA CARDÍACA (BFCC)
TÉCNICAS DE RELAJACIÓN (TR)
- ♣ Generar sinergias y recibir feedback

EN UN LUGAR DE CELEBRACIÓN EVOCADOR

El encuentro lo llevaremos a cabo en el HOTEL SPA-BALNEARIO MONDARIZ 4* (Av. Enrique Peinador Vela, 0, 36890 Mondariz-Balneario, Pontevedra).

PARA TI, RESPONSABLE DE TU BIENESTAR

El retiro está dirigido a todas aquellas personas que deseen “regalarse” su autocuidado, alimentar su mente y nutrir su alma.

INVIERTE 48 HORAS EN PRIORIZARTE

Del VIERNES 14 desde las 15h al DOMINGO 16 hasta las 15h (dejamos la habitación antes de las 12h).

INFORMACIÓN Y RESERVAS:

Raúl 606 36 48 18
raul@raulcastellano.com

Marivíc 616 32 89 66
caminareacciones@gmail.com





VIERNES 14:

- 15:00h < *Checking en el Hotel-Balneario (a partir de este horario)*
16:00h-19:00h < *Circuito SPA (llamar para reservar al Palacio del Agua)*
20:00h < *Presentación a cargo de Raúl y Marivíc. Libro: CLAVES PARA CONOCERTE A FONDO*
21:00h < *Cena de grupo*
22:00h < *BUENAS NOCHES! Paseando*

SÁBADO 15:

- 08:00h < *BUENOS DÍAS! paseando*
09:00h < *Desayuno de grupo*
10:00h < *Reeducación Corporal Funcional parte I (RCF)*
12:00h < *Conciencia Postural-Judo Acciona parte I (JAC)*
14:00h < *Comida de grupo*
16:00h < *Reeducación Corporal Funcional parte II (RCF)*
18:00h < *Conciencia Postural-Judo Acciona parte II (JAC)*
20:00h < *Spa y Piscina Climatizada*
22:00h < *Cena de grupo*
23:00h < *BUENAS NOCHES! Paseando*

DOMINGO 16:

- 08:00h < *BUENOS DÍA! paseando*
09:00h < *Desayuno de grupo*
10:00h < *Coaching Transpersonal (CT)*
11:00h < *Breathing Flow (BF)-Técnicas de Relajación (TR)-Coherencia Cardíaca (CC)*
12:00h < *Tiempo para Raúl*
13:00h < *Clausura y entrega de "REGALOS"*
14:00h < *Comida de despedida (opcional) *no incluida en el precio*

TE ACOMPAÑAMOS

Raúl Castellano G.

- *Fisioterapeuta y Psicólogo
- *Máster en Inteligencia Emocional y Coaching
- *Especialista en Oratoria
- *Experto en Medicina Psicosomática y Psicología de la Salud
- *Creador del Método REEDUCACIÓN CORPORAL FUNCIONAL

Marivíc García R.

- *Maestra Nacional de Judo y DA Sensei Coach Infantil y Juvenil
- *Especialista en Programación Neurolingüística
- *Máster en Neuropsicología Clínica
- *Técnica de Neurobiofeedback
- *Creadora del Método CAMINARE





ÚNETE

Enviar un e-mail a la siguiente dirección: raul@raulcastellano.com o caminareacciones@gmail.com

Indicando los siguientes datos:

NOMBRE COMPLETO

EDAD

CONTACTO (mail y número de teléfono)

ACOMPAÑANTES (nombre completo) y RELACIÓN

HABITACIÓN INDIVIDUAL O DOBLE

BREVE HISTORIAL (alergias, intolerancias,...)

Plazo de inscripción y abono hasta el 31 de mayo de 2024 o hasta completar aforo y por riguroso orden de entrega.

PLAZAS LIMITADAS!!

*Beneficios por pronta inscripción

**Por causas ajenas, la organización se reserva el derecho de cancelar o modificar programa

“EL VIAJE MÁS IMPORTANTE DE TU VIDA ... EL VIAJE HACIA TI MISMO”

(Raúl Castellano García)



INFORMACIÓN Y RESERVAS:

Raúl 606 36 48 18

raul@raulcastellano.com

Marivic 616 32 89 66

caminareacciones@gmail.com